

Sveučilište u Zagrebu
Filozofski fakultet
Odsjek za psihologiju

**OSOBI NE LIČNOSTI , PERFEKCIONIZAM I FLOW KOD
PROFESIONALNIH PLESAČA BALETA**

Diplomski rad

Katarina Andrijašević

Mentor: Doc. dr. sc. Tena Vukasović Hlupić

Zagreb, 2018.

SADRŽAJ

SAŽETAK	
ABSTRACT	
UVOD.....	1
<i>Balet</i>	1
<i>Osobine ličnosti</i>	2
<i>Perfekcionizam</i>	3
<i>Flow</i>	5
<i>Odnos bavljenja baletom, osobina ličnosti, perfekcionizma i flowa</i>	6
CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE	9
METODOLOGIJA	10
<i>Ispitanici</i>	10
<i>Mjerni instrumenti</i>	11
<i>Postupak</i>	13
REZULTATI	14
<i>Preliminarne analize</i>	14
<i>Prikaz strukture i usporedivosti uzoraka.....</i>	14
<i>Testiranje normalnosti distribucija</i>	15
<i>Razlike u osobinama ličnosti, izraženosti pozitivnog i negativnog perfekcionizma i doživljavanju flowa između plesača baleta i kontrolne skupine</i>	15
<i>Interkorelacije osobina ličnosti, perfekcionizma i flowa</i>	18
RASPRAVA.....	19
<i>Kritički osvrt na istraživanje i preporuke za buduća istraživanja</i>	27
ZAKLJUČAK.....	30
LITERATURA	31
PRILOZI.....	35

Osobine ličnosti, perfekcionizam i *flow* kod profesionalnih plesača baleta

Personality, perfectionism and flow among professional ballet dancers

SAŽETAK

Iako je fizički izgled plesača baleta vrlo bitan, a prilikom upisa u baletne škole djecu se selekcionira s obzirom na njihove fizičke karakteristike i predispozicije, postavlja se pitanje imaju li i neke psihološke karakteristike ulogu u odabiru baleta kao profesionalne karijere. Cilj ovog istraživanja bio je provjeriti razlike između plesača baleta i kontrolne skupine u osobinama ličnosti, pozitivnom i negativnom perfekcionizmu i doživljavanju *flowa*. U istraživanju je sudjelovalo 42 plesača baleta iz Hrvatskog narodnog kazališta u Zagrebu, Splitu i Rijeci, te 40 ispitanika kontrolne skupine koji su plesačima bili slični po spolu, dobi i stupnju obrazovanja. Metodom papir-olovka svi ispitanici su ispunili: *HEXACO-60* upitnik ličnosti koji mjeri šest dimenzija ličnosti (poštenje-poniznost, emocionalnost, ekstraverziju, ugodnost, savjesnost i otvorenost ka iskustvu); Ljestvicu pozitivnog i negativnog perfekcionizma, Upitnik sklonosti doživljavanja *flowa*; te pitanja o sociodemografskim podacima ispitanika. Dobiveni rezultati ukazuju na statistički značajne razlike između plesača baleta i kontrolne skupine u ekstraverziji, savjesnosti i negativnom perfekcionizmu, u smjeru viših rezultata na savjesnosti i negativnom perfekcionizmu, te nižih rezultata na ekstraverziji kod plesača. Nije dobivena statistički značajna razlika u osobinama ličnosti poštenje-poniznost, emocionalnost, ugodnost i otvorenost ka iskustvu, kao ni na pozitivnom perfekcionizmu i doživljavanju *flowa*. U raspravi su navedena moguća objašnjenja ovakvih rezultata, kao i prijedlozi za buduća istraživanja.

Ključne riječi: balet, osobine ličnosti, perfekcionizam, *flow*

ABSTRACT

Despite the importance of physical appearance for ballet dancers, and the selection of children in terms of their physical characteristics and predispositions when enrolling in ballet schools, the question arises as to whether some psychological characteristics play a role in choosing ballet as a professional career. The aim of this study was to explore differences in personality traits, positive and negative perfectionism and proneness to flow between ballet dancers and control group. A total of 42 ballet dancers from Croatian national theatre in Zagreb, Split and Rijeka participated in the survey, along with 40 participants who were similar to the dancers by sex, age and level of education. All participants took a survey through the paper and pencil test method which included completing: *HEXACO-60* personality inventory that measures six personality traits (honesty-humility, emotionality, extraversion, agreeableness, conscientiousness and openness to experience); Positive and negative perfectionism scale; Flow Proneness Questionnaire; and general information about participants. Results show that there are statistically significant differences between ballet dancers and control group in extraversion, conscientiousness and negative perfectionism, where dancers have higher results on conscientiousness and negative perfectionism, and lower results on extraversion. There are no statistically significant differences neither in personality traits honesty-humility, emotionality, agreeableness and openness to experience, nor in positive perfectionism and flow proneness. Possible explanations for these findings are discussed along with suggestions for future research.

Key words: ballet, personality, perfectionism, flow

UVOD

Balet

Balet pripada najdugovječnijim plesnim tehnikama te se može reći da je osnova svih drugih plesova. To je umjetnička forma kojom se kroz prepričavanje priče pomoću gracioznih i elegantnih pokreta praćenih glazbom, svjetlom i kostimima nastoje prenijeti ljudske emocije i misli (Guidetti, Emerenziani, Gallotta, da Silva i Baldari, 2008). Za balet su karakteristični blagi pokreti i stroge forme tijela koje, iako izgledaju vrlo jednostavno, od baletnih plesačica i plesača iziskuju fizički napor, izrazitu kontrolu i preciznost pri izvođenju (Katarinčić, 2013). Iako se balet smatra umjetničkom formom, mnogo sličnosti ima i sa sportom upravo zbog fizičkih napora koje zahtijeva: širok spektar koordinacija pokreta, fleksibilnost udova, snaga mišića, te izdržljivost (Twitchett, Angioi, Koutedakis i Wyon, 2010).

Kako bi mladi plesači baleta postali profesionalci potrebno je višegodišnje školovanje. Djeca u vrlo ranoj dobi započinju svoje školovanje kako bi razvila tjelesnu figuru i gipkost karakterističnu za balet, te usavršili vrlo zahtjevnu baletnu tehniku. Školovanje se sastoji od osnovne i srednje baletne škole, a neki nastavljaju svoje školovanje na akademijama. Nakon završetka školovanja balerine i baletani prolaze kroz audicije kako bi dobili mjesto u željenom ansamblu i kazalištu. Kada budu primljeni u baletni ansambl usavršavanje i treniranje ne završava, plesači moraju održavati svoje tijelo u formi kako bi izveli tehnički zahtjevne korake, ali i kako bi dobili što bolje uloge u baletnim predstavama. Radni dan plesača započinje 90-minutnim vježbama (tzv. *classom*) koje se sastoje od vježbi niskog i umjerenog intenziteta s povremenim vježbama visokog intenziteta (Cohen, Segal, Witriol i McArdle, 1982; prema Twitchett i sur., 2010). Nakon toga slijede probe koje, ovisno o repertoaru plesača, traju po nekoliko sati, a često se nastavljaju i nakon dnevne pauze u poslijepodnevnom i večernjim satima. Baletni ansambli hijerarhijski su koncipirani - napredovanjem, baletni plesači i plesačice dobivaju sve zahtjevnije uloge te postupno, preko solističkih srednjih i velikih uloga, mogu steći zvanje prvaka baleta i nacionalnog prvaka.

Radni vijek balerina i baletana vrlo je kratak. Zbog pritiska i želje za nepogrešivošću i savršenstvom, skloni su čestim ozljedama (Hamilton, Hamilton,

Meltzer, Marshall i Molnar, 1989) i problemima s prehranom (Montanari i Zietkiewicz, 2000; Nordin- Bates, Walker i Redding, 2011), te već u 40-im godinama odlaze u mirovinu.

Osobine ličnosti

Postoji više perspektiva iz kojih se može promatrati ličnost, a jedna od njih je osobinski pristup ličnosti. U okviru osobinskog pristupa promatraju se aspekti ličnosti koji su relativno stabilni kroz vrijeme i situacije. Pod pretpostavkom da se ličnost sastoji od manjeg broja osobina koje su prisutne kod svih ljudi, ali uz individualne razlike koje odražavaju normalnu distribuciju u populaciji, ovim pristupom nastoje se ustanoviti te zajedničke osobine i opće karakteristike u organizaciji ličnosti (Petz, 2005). Modeli u okviru osobinskog pristupa ličnost uglavnom prikazuju kao hijerarhijski organiziranu s različitim brojem temeljnih ili bazičnih osobina na vrhu hijerarhije te s većim brojem manjih ili užih osobina (faceta) na nižoj razini.

Kroz povijest su korištena tri pristupa istraživanja za identifikaciju najvažnijih crta ličnosti: leksički, statistički i teorijski pristup. Leksički pristup zasniva se na leksičkoj hipotezi prema kojoj se smatra da će sve važne individualne razlike biti kodirane u prirodnom jeziku (Larsen i Buss, 2008). Procjenjujući pojedince u osobinama koje pokrivaju različiti izrazi i analizirajući interkorelacije dobivenih procjena moguće je doći do temeljnih dimenzija ličnosti, a na tom pristupu temelji se i model ličnosti pod nazivom *Velikih pet (Big Five)* (Petz, 2005). Goldberg (1990) je proveo najveće sustavno istraživanje velikih pet faktora koristeći pridjevske deskriptore crta, a dobivena taksonomija uključivala je sljedećih pet dimenzija: ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, emocionalna stabilnost te intelekt ili maštovitost. Ova petofaktorska struktura replicirana je na različitim uzorcima i jezicima, pokazala se jednakom za muškarce i žene, a određene međukulturalne razlike uglavnom se odnose na sadržaj i naziv petog faktora (Larsen i Buss, 2008).

Od kraja 90-ih godina prošlog stoljeća većina istraživača daje potporu petodimenzionalnoj taksonomiji crta ličnosti, međutim, unatoč dugogodišnjoj dominaciji pet velikih faktora pojavljuje se alternativni prikaz strukture ličnosti pod nazivom HEXACO koji sadrži šest dimenzija. HEXACO model nastao je iz revidirane leksičke analize koja je pokazala da je ličnost, umjesto s već postojećih pet dimenzija, bolje definirana sa šest dimenzija (Lee i Ashton, 2004). Tih šest temeljnih dimenzija

ličnosti određuje njegov naziv, a to su: poštenje-poniznost, emocionalnost, ekstraverzija, ugodnost, savjesnost i otvorenost ka iskustvu.

Prema ovom modelu koji je potvrđen u različitim jezicima nastao je i upitnik HEXACO-PI-R koji mjeri navedenih šest dimenzija ličnosti, te je konstruiran u dužoj verziji koja ima 100 čestica i kraćoj od 60 čestica (Ashton i Lee, 2009). Babarović i Šverko (2013) su preveli upitnik na hrvatski jezik, a u svom zaključku su naveli da hrvatska inačica HEXACO-PI-R upitnika ima zadovoljavajuće metrijske karakteristike te da predstavlja dobru i novu mjeru osobina ličnosti. Na hrvatskom uzorku dobivene su očekivane korelacije s faktorima modela Velikih pet. Dimenzije ekstraverzija i savjesnost iz HEXACO-a visoko pozitivno koreliraju s istoimenim dimenzijama modela Velikih pet. Otvorenost ka iskustvu visoko pozitivno korelira s intelektom u modelu Velikih pet, dok je emocionalnost u umjerenoj negativnoj korelaciji s dimenzijom emocionalne stabilnosti unutar modela Velikih pet, a HEXACO-va dimenzija ugodnosti tek nisko pozitivno korelira s istoimenom dimenzijom modela Velikih pet, ali umjereno pozitivno korelira s emocionalnom stabilnosti. Dimenzija poštenje-poniznost novi je i originalni faktor unutar šestofaktorske strukture te na hrvatskom uzorku pokazuje umjerenu povezanost s dimenzijom ugodnosti iz modela Velikih pet.

Perfekcionizam

Smatra se da je perfekcionizam stabilna crta ličnosti koja utječe na važna područja u životu pojedinca (Nordin-Bates, Hill, Cumming, Aujla i Redding, 2014). Proučavanjem literature o perfekcionizmu može se primijetiti proturječnost stajališta ne samo oko glavnih karakteristika, već i oko pokušaja definiranja ovog konstrukta. Jedinstvena definicija i dalje ne postoji, ali ono u čemu se autori slažu jest izraziti utjecaj perfekcionizma na različite aspekte života, od psihosocijalne prilagodbe do psihičkog zdravlja. Međutim, i dalje traju debate o dimenzionalnosti ovog konstrukta, kao i o njegovoj poželjnosti.

Prve su se operacionalizacije perfekcionizma temeljile na pretpostavci da je perfekcionizam jednodimenzionalna neadaptivna osobina koja predstavlja faktor ranjivosti za velik broj psihičkih poremećaja, kao što su poremećaji hranjenja (Goldner, Cockell i Srikameswaran, 2002), anksioznost, depresija i opsesivno kompulzivni poremećaj (Frost i DiBartolo, 2002). Međutim, suprotno polaznoj hipotezi, rezultati

istraživanja pokazali su da je perfekcionizam višedimenzionalni konstrukt koji ima osobnu i socijalnu dimenziju, te se može manifestirati i u obliku adaptivne težnje za osobnim rastom i razvojem (Stoeber i Otto, 2006).

Frost, Marten, Lahart i Rosenblate (1990) definiraju perfekcionizam kao osobinu ličnosti koja uključuje sljedeće temeljne dimenzije: visoki osobni standardi, organiziranost, zabrinutost zbog pogrešaka, sumnja u vlastite postupke, visoka roditeljska očekivanja i roditeljska kritičnost. Sukladno navedenim dimenzijama osmislili su i niz čestica koje su objedinjene u *Višedimenzionalnoj skali perfekcionizma* (*Multidimensional Perfectionism Scale - MPS-F*; Frost i sur., 1990). Za razliku od njih, Hewitt i Flett (1991) navode da se perfekcionizam sastoji od tri dimenzije: sebi-usmjereni perfekcionizam, drugima-usmjereni perfekcionizam, te društveno propisani perfekcionizam. U skladu s polaznim pretpostavkama o strukturi perfekcionizma autori su osmislili mjerni instrument koji nosi isti naziv kao i skala Frosta i suradnika (1990). Za razliku od ranije opisane *Višedimenzionalne skale perfekcionizma (MPS-F)*, koja se sastoji od šest dimenzija, *Višedimenzionalna skala perfekcionizma Hewitta i Fletta (MPS-H)* sadrži tri bitno drugačije koncipirane dimenzije perfekcionizma. Hamachek (1978; prema Flett i Hewitt, 2002) je prvi koji je smatrao da je potrebno razlikovati neurotski od normalnog perfekcionizma. Frost, Heimberg, Holt, Mattia i Neubauer (1993) i empirijski dokazuju postojanje dviju temeljnih dimenzija perfekcionizma od kojih jedna sadrži pozitivna, a druga negativna obilježja. Faktorskom su analizom provedenom na česticama skala MPS-F i MPS-H autori utvrdili dva faktora višega reda. Na jedan su se faktor grupirale čestice sljedećih subskala: osobni standardi, organizacija, sebi-usmjereni perfekcionizam i drugima-usmjereni perfekcionizam, dok su se na drugi faktor grupirale čestice subskala: zabrinutost zbog pogrešaka, sumnja u vlastite akcije, roditeljska očekivanja, roditeljska kritičnost i društveno propisani perfekcionizam. Opisane faktore autori nazivaju *pozitivne težnje* i *neadaptivne evaluacijske brige*.

U kasnijim istraživanjima Terry-Short, Owens, Slade i Dewey (1995) također potvrđuju Hamachekovu hipotezu, te navode kako težnja ka savršenstvu nije uvijek povezana s neadaptivnim obrascima, naprotiv, postoje i pozitivne i adaptivne forme perfekcionizma, te u skladu s tim i konstruiraju *Ljestvicu pozitivnog i negativnog perfekcionizma* (*Positive and Negative Perfectionism Scale, PANPS*). Oslanjajući se na

biheviorističku teoriju potkrepljenja Slade i Owens (1998) predlažu teorijsko objašnjenje temeljnih razlika između pozitivnog (adaptivnog) i negativnog (neadaptivnog) perfekcionizma. Prema njihovom dvoprocesnom modelu perfekcionizma, slična perfekcionista ponašanja, koja se očituju u postavljanju visokih standarda, u pozadini imaju različite kognitivne procese i emocionalna stanja. Ovisno o tome jesu li ta ponašanja u funkciji postizanja uspjeha ili izbjegavanja neuspjeha govorimo o pozitivnom, odnosno negativnom perfekcionizmu. Osobe koje postižu visok rezultat na skali pozitivnog perfekcionizma pokreće želja da se što više približe svom idealnom ja, dok su osobe koje postižu visok rezultat na skali negativnog perfekcionizma motivirane nastojanjem da se što više odmaknu od svog neprihvatljivoga ili nepoželjnoga ja. Owens i Slade (2008) upozoravaju da su moguće sve kombinacije odnosa između dviju međusobno nezavisnih dimenzija perfekcionizma, pa osoba može istodobno imati nisku ili visoku razinu i pozitivnoga i negativnoga perfekcionizma ili može imati jače izražen jedan od oblika perfekcionistačkih težnji.

Pregledom različitih objašnjenja perfekcionizma može se primijetiti da u istraživanjima i konceptualizacijama perfekcionizma trenutačno prevladava mišljenje kako je potrebno razlikovati pozitivne i negativne aspekte perfekcionizma, te koristiti ljestvice koje mjere oba navedena aspekta. Istraživanje pozitivnih aspekata perfekcionizma u skladu je s trenutačno sve prihvaćenijom pozitivnom psihologijom, a sam konstrukt obuhvaća karakteristike koje su poželjne u zapadnjačkim kulturama (Lauri Korajlija, 2004).

Flow

Optimalno iskustvo ili preplavlivanje (*flow*) pojam je kojim se označava stanje potpune uronjenosti u neku aktivnost, uz potpuno zanemarivanje svega drugoga. Aktivnost koja omogućuje takav doživljaj, a za čije izvođenje pojedinac posjeduje posebne vještine, toliko je ugodna da se ljudi njom žele baviti zbog nje same, neovisno o mogućim opasnostima ili mogućem profitu (Petz, 2005). Ovo stanje, kada koncentracija, uključenost i uživanje rastu, pojavljuje se kada su izazov i vještina u podudaranju, odnosno kada su oboje barem umjereno visoki (Reeve, 2010). Csikszentmihalyi i Csikszentmihalyi (1988; prema Ullen i sur., 2012) kao temeljne dimenzije *flowa* navode: subjektivni osjećaj koncentracije, usklađenost vještine i težine zadatka, jasno određene ciljeve, jasne povratne informacije o izvedbi, osjećaj kontrole,

manjak doživljavanja dosade te uživanje. Također navode da se u stanju preplavljenosti radnje obavljaju automatski i bez napora, tijekom izvedbe prisutan je pozitivan afekt, strah od evaluacije je nizak, te dolazi i do promjene percepcije vremena.

Stanje preplavljenosti može se pojaviti u širokom spektru aktivnosti - na poslu, u sportskim aktivnostima i različitim hobijima. Međutim, Ullen, Harmat, Theorell i Madison (2016) su na uzorku odraslih zaposlenih osoba u Švedskoj dobili rezultate koji ukazuju na to da se upravo na radnom mjestu doživljava najviše situacija koje potiču osjećaj preplavljenosti, čak više nego u slobodno vrijeme, dok su svakodnevni kućanski poslovi percipirani kao aktivnosti koje najmanje potiču preplavljenost.

Diferencijalna istraživanja baziraju se na razlikama između pojedinaca u sklonosti osjećaja preplavljenosti, odnosno istražuju osobinsku sklonost doživljavanja preplavljenosti (engl. *flow proneness*). Iako je *flow* univerzalno ljudsko iskustvo, postoje značajne individualne razlike u sklonosti preplavljanju, a Ullén i suradnici (2012, 2016) su ustanovili da je sklonost preplavljanju povezana s osobinama ličnosti petfaktorskog modela.

Odnos bavljenja baletom, osobina ličnosti, perfekcionizma i flowa

Iako je fizički izgled plesača baleta vrlo bitan, a prilikom upisa u baletne škole djecu se selekcionira s obzirom na njihove fizičke karakteristike i predispozicije, postavlja se pitanje imaju li i osobine ličnosti ulogu u odabiru baleta kao profesionalne karijere, odnosno razlikuju li se profesionalni plesači i po osobinama ličnosti od onih koji se ne bave ovim poslom.

Kad se govori o osobinama ličnosti sportaša, plesača ili glazbenika postoji pretpostavka da sudjelovanje u ovakvim aktivnostima može kroz proces socijalnog učenja utjecati na promjene u izraženosti nekih osobina ličnosti. Druga pretpostavka odnosi se na postojanje specifičnog profila ličnosti ovih skupina, odnosno posjedovanje određenih osobina ličnosti kod pojedinca koje su predisponirajuće za odabir određene aktivnosti i uspjeh u njoj (Bakker, 1991).

Prema istraživanjima u kojima su se ispitivale osobine ličnosti plesača baleta pokazalo se da su introvertiranost i emocionalnost istaknute osobine ličnosti u ovoj populaciji (Bakker, 1988; Marchant-Haycox i Wilson, 1992), te da su baletani i balerine značajno discipliniraniji, kreativniji, submisivniji i povučeniji od usporedne skupine ispitanika (Hamilton i sur., 1989). U svom longitudinalnom istraživanju Bakker

(1991) je tijekom dvije godine promatrao učenike jedne baletne škole i njima usporednu kontrolnu skupinu. Dio mladih plesača je u tom periodu odustao od formalnog baletnog školovanja, a dio njih je nastavio s profesionalnim usavršavanjem. Rezultati ovog istraživanja potvrdili su nalaze prethodnih istraživanja, te su pokazali da nije postojala značajna promjena u osobinama ličnosti kod mladih plesača tijekom perioda od dvije godine, ali i da ne postoji značajna razlika u osobinama ličnosti između onih koji su nastavili s baletnim školovanjem i onih koji su odustali od njega. Ovi nalazi su očekivani s obzirom na to da se smatra kako su osobine ličnosti relativno stabilne i trajne u vremenu (Larsen i Buss, 2008), ali i idu u prilog hipotezi o tome da balet kao aktivnost ili profesija privlači osobe s određenim osobinama ličnosti.

Perfekcionizam je istaknuta osobina u sportu i umjetnosti djelomično zbog toga što se smatra da su iznimna predanost i težnja savršenoj izvedbi nužni kako bi pojedinci bili uspješni u ovom području pa se perfekcionizam u ovim aktivnostima ohrabruje i poštuje (Hall i Hill, 2012). U modeliranju perfekcionistačkih ponašanja najveći utjecaj imaju roditelji, vršnjaci i druge važne odrasle osobe koje sudjeluju u odgoju djeteta (npr. baletni pedagozi), a okolina koja od plesača zahtijeva stalno održavanje visokih standarda izvedbe, ali i izraženu estetičku ljepotu tijela i pokreta, može rezultirati razvojem adaptivnih i neadaptivnih karakteristika perfekcionizma (Gittens, 2012).

Clabaugh i Morling (2004) u svom su se istraživanju usmjerili na razlike u profilima klasičnih plesača, modernih plesača, te ne-plesača. Njihovi rezultati su pokazali da su plesači baleta osjetljiviji na kritike od ostale dvije skupine ispitanika, te da imaju veću potrebu za strukturom od modernih plesača, što su osobine koje se mogu identificirati kao neke od karakteristika perfekcionizma.

Zbog svoje izrazite mršavosti, mediji balerine često prikazuju u kontekstu poremećaja hranjenja. U sklopu ljestvice koja ispituje neke karakteristike poremećaja hranjenja (The Eating Disorder Inventory, EDI; Garner, Olmstead i Polivy, 1983) jedna od subskala je i perfekcionizam. Između ostalog, baletani i balerine u adolescentnoj dobi se upravo na ovoj subskali razlikuju od svojih vršnjaka koji se ne bave plesom, ali se isto tako razlikuju i od kliničke skupine ispitanika koju su činili oboljeli od anoreksije i bulimije (Montanari i Zietkiewicz, 2000). U istraživanjima koja su uspoređivala sportaše i kontrolnu skupinu ispitanika dobiveni su različiti rezultati s obzirom na izraženost pozitivnog i negativnog perfekcionizma. Prema Terry-Short i

suradnici (1995) sportaši imaju više rezultate na skali pozitivnog perfekcionizma, dok razlika na skali negativnog perfekcionizma nije statistički značajna, ali Egan (2005) samo djelomično replicira ove rezultate. Sportaši se u ovom istraživanju značajno razlikuju samo prema negativnom perfekcionizmu, te imaju manje izražen negativni perfekcionizam od kontrolne i kliničke skupine, dok na skali pozitivnog perfekcionizma nije pronađena razlika među skupinama. Međutim, daljnja istraživanja ukazuju na to da se plesači baleta razlikuju od sportaša. Pa tako, između košarkaša, gimnastičara i plesača baleta, plesači imaju najizraženiji negativni perfekcionizam, ali se skupine ne razlikuju u izraženosti pozitivnog perfekcionizma (Kronvall Parkinson, Hanrahan, Stanimirovic i Sharp, 2007, prema Nordin-Bates, Cumming, Aways i Sharp, 2011).

Dvije osobine ličnosti koje se najčešće povezuju s perfekcionizmom su neuroticizam i savjesnost. Još je Adler (1956, prema Enns i Cox, 2002) smatrao da je perfekcionizam snažno povezan s neuroticizmom, tj. da proizlazi iz neurotske potrebe da se zadovolje značajni drugi, iz straha od neuspjeha te anksioznosti i sumnje u sebe. Perfekcionizam i savjesnost se povezuju kroz komponente poput organiziranosti, pouzdanosti i pažljivosti za koje se smatra da su zajedničke i perfekcionizmu i savjesnosti. U provjeravanju hijerarhijske strukture perfekcionizma i njegove povezanosti s dimenzijama ličnosti, Stumpf i Parker (2000) su dobili značajne pozitivne korelacije između neuroticizma i zabrinutosti zbog pogrešaka, te sumnje u vlastite postupke. Ove dvije skale perfekcionizma dio su faktora *neadaptivne evaluacijske brige* koji se smatra negativnim aspektom perfekcionizma. Značajna je i pozitivna korelacija savjesnosti s osobnim standardima te organizacijom koji predstavljaju *pozitivne težnje*, odnosno pozitivni perfekcionizam. Na populaciji sportaša Egan (2005) je potvrdio povezanost negativnog perfekcionizma i neuroticizma, uz pridodavanje negativne korelacije između ekstremitetizacije i negativnog perfekcionizma.

Konkurencija za mjesto u kazališnoj trupi, kao i za dobivanje uloga u predstavi, je vrlo velika među plesačima baleta, a plaća u ovom poslu nije visoka, pa je Levinea (2006; prema Wilson, 2016) zanimalo zašto baletani ostaju visoko motivirani unatoč navedenom. Jedan od odgovora leži u doživljaju preplavljenosti tijekom plesanja, čak 75% baletana je izjavilo da često doživljava *flow*, a 25% uvijek doživljava *flow* dok pleše. Osobe koje provode više vremena u izazovnim aktivnostima koje pospješuju osjećaj preplavljenosti imaju tendenciju imati tzv. autoteličnu ličnost (eng. *autotelic*

personality) koja je karakterizirana kao tendencija obavljanja aktivnosti zbog njih samih, odnosno zbog intrinzične motiviranosti (Nakamura i Csikszentmihalyi, 2009). Osim motivacije, učestalost doživljavanja *flowa* je povezana i s osobinama ličnosti. Najviše korelacije pronađene su sa savjesnosti (pozitivna) i neuroticizmom (negativna) (Ullen i sur., 2012). Osim navedenih osobina ličnosti Ullen i suradnici (2016) su u svom istraživanju pronašli pozitivnu povezanost između *flowa* i otvorenosti ka iskustvu, ekstraverzije i ugodnosti, te su utvrdili da velikih pet dimenzija zajedno objašnjava 33% varijance doživljavanja *flowa*. Na populaciji studenata pronađena je pozitivna korelacija između adaptivnog perfekcionizma i doživljavanja *flowa* u akademskom okruženju, a negativna korelacija neadaptivnog perfekcionizma i *flowa* (Ljubin Golub, Rijavec i Jurčec, 2018).

Zaključno može se reći da se o balerinama i baletanima ne zna puno, većina istraživanja usmjerena je na fizičke zahtjeve kojima su svakodnevno izloženi, ozljede, te njihovu sklonost oboljevanja od poremećaja hranjenja, dok na hrvatskoj populaciji plesača uopće ne postoje. S obzirom na veliki napredak baletne tehnike i sve veće konkurencije među plesačima, potrebna su nova istraživanja u kojima bi se ispitivale osobine ličnosti trenutno dominantnih modela ličnosti. Također, doživljaj *flowa* je doveden u vezu s osobinama ličnosti, pa bi bilo zanimljivo provjeriti jesu li plesači zbog prirode svog zanimanja, ali i zbog profila ličnosti, skloniji doživljavanju *flowa*.

CILJ, PROBLEMI I HIPOTEZE

Cilj ovog istraživanja je ispitati neke psihološke karakteristike profesionalnih plesača baleta u Hrvatskoj. Sukladno cilju istraživanja postavljena su tri istraživačka problema.

Ispitati razlikuju li se plesači baleta u odnosu na kontrolnu skupinu prema:

1. osobinama ličnosti.
2. dimenzijama perfekcionizma.
3. doživljavanju *flowa*.

U skladu s dosadašnjim nalazima istraživanja formulirane su sljedeće tri hipoteze:

1. Plesači baleta će na skalama emocionalnost i savjesnost imati statistički značajno više rezultate, a na skali ekstraverzija statistički značajno niže rezultate

u odnosu na kontrolnu skupinu. Za skale poštenje-poniznost, ugodnost i otvorenost ka iskustvu ne pretpostavlja se direktivna hipoteza već je postavljena nul-hipoteza da neće biti statistički značajne razlike u ovim osobinama između dvije skupine ispitanika.

2. Plesači baleta će imati statistički značajno više rezultate na skalama pozitivni i negativni perfekcionizam u odnosu na kontrolnu skupinu.
3. Postavlja se nul-hipoteza da neće postojati statistički značajna razlika u sklonosti doživljavanja *flowa* između plesača i kontrolne skupine.

METODOLOGIJA

Ispitanici

U istraživanju su sudjelovali profesionalni plesači baleta koji su zaposleni u jednom od tri Hrvatska narodna kazališta – u Zagrebu, Splitu i Rijeci. Sudjelovalo je ukupno 42 plesača, od čega 34 (81%) žene i 8 (19%) muškaraca, dobnog raspona od 18 do 56 godina ($M=35.74$; $SD=10.47$). Staž plesača u ansamblu u kojem su trenutno zaposleni kretao se od 1 godine do 36 godina ($M=16.24$; $SD=11.06$). Većina, odnosno 66.7% plesača je rođeno u Republici Hrvatskoj, 7.1% u Rumunjskoj, 4.8% u Rusiji i isto toliko u Italiji, a ostatak plesača, što čini 16.6% uzorka, je rođeno u jednoj od sljedećih zemalja: Nizozemska, Australija, Bosna i Hercegovina, Portugal, Slovenija, Ukrajina, Francuska. Što se tiče baletnog obrazovanja, najveći broj plesača, njih 42.9%, se školovalo u Školi za klasični balet u Zagrebu, 16.7% je svoje temeljno baletno obrazovanje steklo u Baletnom studiju HNK Split, te je 7.2% plesača završilo Koreografsku gimnaziju Cluj-Napoca. Ostatak plesača, 33.2%, čine pojedinci koji su pohađali baletne škole ili akademije u Beogradu, Rijeci, Londonu, Zurichu, Hamburgu, Munchenu, Dresdenu, Haagu, Stockholmu, Kijevu, Moskvi, Rimu i Lisabonu. Ostale karakteristike uzorka plesača prikazane su u *Tablici 1*.

Osim profesionalnih plesača, u istraživanju je sudjelovalo i 40 ispitanika koji su činili kontrolnu skupinu, a koji su s plesačima usporedivi prema spolu, dobi i stupnju obrazovanja. Tako je u ovoj skupini ispitanika bilo ukupno 32 (80%) žena i 8 (20%) muškaraca čiji se raspon godina kretao od 19 do 58 godina, te je njihova prosječna dob iznosila $M=35.48$ ($SD=10.67$). Srednju stručnu spremu ima 55% ispitanika, višu stručnu spremu ili preddiplomski studij je završilo 32.5% ispitanika, a visoku stručnu spremu ili

diplomski studij je završilo njih 12.5%. Kao i u skupini plesača, najviše ispitanika iz kontrolne skupine je rođeno u Hrvatskoj - 80%, zatim 10% u Bosni i Hercegovini, a ostatak čine pojedinci rođeni u Južnoafričkoj Republici, Australiji, Njemačkoj i Sloveniji.

Tablica 1
Struktura uzorka plesača prema nekim sociodemografskim podacima izraženo u postocima
(*n*=42)

Grad (HNK)	Status u ansamblu	Stupanj obrazovanja
Zagreb 42.9	Plesač/ica u ansamblu 59.5	Srednja škola 59.5
Split 38.1	Solist/ica 26.2	Viša škola/preddiplomski studij 28.5
Rijeka 19.0	Prvak/inja 14.3	Visoka škola/diplomski studij 12.0

Mjerni instrumenti

Upitnik općih podataka sadržavao je pitanja o spolu, dobi, državi rođenja, te o najvišem završenom stupnju obrazovanja. U verziji upitnika koju su ispunjavali plesači baleta navedena su i pitanja o nazivu škole, grada i države u kojoj su stekli baletno obrazovanje, duljini angažmana u kazalištu u kojem su trenutno zaposleni, te statusu u ansamblu.

HEXACO-60 (Ashton i Lee, 2009) kraća je verzija HEXACO-PI-R upitnika koja mjeri šest dimenzija ličnosti HEXACO modela i njihove pripadajuće facete, a to su: poštenje-poniznost (iskrenost, poštenje, izbjegavanje pohlepe, skromnost), emocionalnost (plašljivost, anksioznost, ovisnost o drugima, sentimentalnost), ekstraverzija (socijalno samopoštovanje, socijalna odvažnost, druželjubivost, životnost), ugodnost (opraštanje, blagost, fleksibilnost, strpljivost), savjesnost (organiziranost, marljivost, perfekcionizam, razboritost) i otvorenost ka iskustvu (estetski doživljaj, radoznalost, kreativnost i nekonvencionalnost). Upitnik se sastoji od ukupno 60 čestica, 10 čestica za svaku dimenziju, a svaka od dimenzija ima 4 pripadajuće facete, odnosno svaka se faceta ispituje s 2 do 3 čestice. Zadatak ispitanika je da na Likertovoj skali s pet

uporišnih točaka (1 = „uopće se ne slažem“, 5 = „u potpunosti se slažem“) izrazi svoj stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom. Skalni rezultati formirani su kao jednostavna linearna kombinacija procjena na česticama koje pripadaju određenoj skali podijeljeno s brojem čestica te skale. U istraživanju Babarović i Šverko (2013) potvrđena je faktorska struktura te valjanost upitnika na hrvatskom uzorku. U našem cijelom uzorku ($n=82$) Cronbach α iznosi redom .67, .69, .80, .61, .78, .72 za poštenje-poniznost, emocionalnost, ekstraverziju, ugodnost, savjesnost i otvorenost ka iskustvu. Navedene vrijednosti nešto su niže nego u istraživanju Babarović i Šverko (2013) gdje je Cronbach α iznosio između .78 i .85, što se može pripisati malom uzroku ispitanika, ali i tome da je u ovom istraživanju korištena kraća verzija HEXACO upitnika od ukupno 60, a ne 100 čestica.

Ljestvica pozitivnog i negativnog perfekcionizma (Positive and Negative Perfectionism Scale, PNPS; Terry-Short i sur., 1995) konstruirana je na temelju pretpostavki da je potrebno razlikovati pozitivan i negativan perfekcionizam, te sadrži ukupno 40 čestica, od čega se 20 čestica odnosi na pozitivan („Savršeno obavljen posao je sam po sebi nagrada“), a 20 na negativni perfekcionizam („Kad nešto započnem, bojim se da bih mogao pogriješiti“). Zadatak ispitanika je da na Likertovoj skali s pet uporišnih točaka (1 = „uopće se ne slažem“, 5 = „u potpunosti se slažem“) izrazi svoj stupanj slaganja sa svakom tvrdnjom. Jednostavnom linearnom kombinacijom procjena na odgovarajućih 20 čestica dobivaju se dva rezultata: pozitivni perfekcionizam i negativni perfekcionizam. Viši rezultati na pojedinim subskalama ukazuju na više izraženi pozitivni, odnosno negativni perfekcionizam, a teorijski raspon rezultata iznosi od 20 do 100. U istraživanju Lauri Korajlija (2004) potvrđena je očekivana faktorska struktura ljestvice na hrvatskom uzorku. Na našem cjelokupnom uzorku Cronbach α koeficijenti iznose .85 za pozitivni, te .89 za negativni perfekcionizam.

Upitnik koji mjeri *flow* (*Swedish Flow Proneness Questionnaire, SFPQ; Ullen i sur., 2012*) konstruiran je u formi samoiskaza, a mjeri učestalost doživljaja *flowa* u tri različite situacije: posao, kućanski poslovi, slobodno vrijeme. Za potrebe ovog istraživanja korištena je samo verzija koja se odnosi na doživljavanje *flowa* na radnom mjestu. Upitnik se sastoji od sedam čestica koje označavaju sedam temeljnih dimenzija doživljavanja *flowa* – subjektivni osjećaj koncentracije, usklađenost vještine i težine

zadatka, jasne povratne informacije, osjećaj kontrole, manjak doživljavanja dosade i uživanje. Svaka čestica ima skalu za odgovore Likertovog tipa s pet uporišnih točaka (1="Nikad", 2="Rijetko", 3="Ponekad", 4="Često", 5="Svaki ili gotovo svaki dan"). Autori predlažu da se ukupni rezultat na ovoj mjeri prikaže kao aritmetička sredina odgovora na sedam čestica. Cronbach α na cjelokupnom uzorku za ovu mjeru iznosi .77 što je nešto niže od koeficijenta koje su naveli Ullen i suradnici (2012) od 0.83, ali to se može objasniti činjenicom da se u našem istraživanju radi o malom uzorku, te da nije korištena cjelovita mjera doživljavanja *flowa*, već samo ona koja se odnosi na doživljavanje *flowa* na radnom mjestu.

Postupak

Istraživanje je provedeno tijekom ožujka i travnja 2018. godine u Hrvatskom narodnom kazalištu u Zagrebu, Splitu i Rijeci primjenom upitnika u formi papir-olovka. Budući da su u baletnim organizacijama prisutni plesači i plesačice raznih nacionalnosti, napravljena je i verzija upitnika na engleskom jeziku. Plesačima koji su bili zainteresirani za sudjelovanje u istraživanju podijeljeni su upitnici prije početka njihovog radnog vremena, te su zamoljeni da tijekom dana, u pauzama između probi, upitnik ispune i ostave ga u tajništvu.

Ispitanike kontrolne skupine čini prigodni uzorak zaposlenika Hrvatskih željeznica, jedne poslovnice Raiffeisen Banke u Zagrebu, KBC-a Rebro, te optike Anda u Splitu, uz prijatelje i poznanike koji su odgovarali profilu s obzirom na spol, dob i stupanj obrazovanja plesača koji su prethodno ispunili upitnike.

Prije podjele upitnika, svim ispitanicima je objašnjena svrha istraživanja, naglašena anonimnost i dobrovoljnost sudjelovanja te mogućnost odustajanja od ispunjavanja upitnika u bilo kojem trenutku. Upitnici su se nalazili u kuvertama kako bi se ispitanicima osigurala dodatna anonimnost te su s istim ciljem predavani u zatvorenim kovertama, bez ikakve oznake identiteta. Trajanje ispunjavanja upitnika procijenjeno je na oko 20 minuta.

REZULTATI

Preliminarne analize

Prikaz strukture i usporedivosti uzoraka

S ciljem što valjanije usporedbe plesača s kontrolnom skupinom nastojalo se da ispitanici iz kontrolne skupine budu po sociodemografskim karakteristikama što sličniji uzorku plesača. U odjeljku *Sudionici* navedene su karakteristike oba uzorka, iz kojih se može vidjeti njihova usklađenost po dobi, spolu i stupnju obrazovanja. U ovom odjeljku bit će opisana detaljnija strukturu uzorka kako bi čitatelji dobili što bolji uvid u planiranje i prikupljanje ispitanika, te kako bismo opravdali kasnije zaključke koje se temelje na usporedbi ovih dviju skupina.

Većinu uzorka čine žene, točnije 34 plesačice baleta ($M=36.15$; $SD=10.42$) i 32 ispitanice iz kontrolne skupine ($M=35.66$; $SD=10.70$). Iz skupine plesačica 21 ima završenu srednju stručnu spremu, 10 ih ima završenu višu školu ili preddiplomski studij, a 3 ima završenu visoku školu ili diplomski studij. Sukladno navedenom planiran je i uzorak žena iz kontrolne skupine, pa je tako ukupno 18 žena završilo srednju školu, 11 višu školu/preddiplomski studij i 3 visoku školu/diplomski studij. Ispitanice su u skupinama prema stupnju obrazovanja približno izjednačene po dobi. Redom za plesačice i ispitanice kontrolne skupine sa završenom srednjom stručnom spremom, višom stručnom spremom i visokom stručnom spremom prosječna dob i odgovarajuća standardna devijacija iznose: $M_p=35.29$ ($SD_p=10.58$), $M_k=33.78$ ($SD_k=11.16$); $M_p=34.40$ ($SD_p=9.25$), $M_k=35.55$ ($SD_k=8.86$); $M_p=48.00$ ($SD_p=7.21$), $M_k=47.33$ ($SD_k=9.29$).

Muških ispitanika ima podjednak broj u obje skupine, ili preciznije, od 8 plesača i 8 ispitanika kontrolne skupine, 4 iz svake skupine je završilo srednju školu, 2 visoku školu/preddiplomski studij i 2 visoku školu/diplomski studij. Prosječna dob plesača baleta je $M=34.00$ ($SD=11.24$), a muških ispitanika kontrolne skupine je $M=34.75$ ($SD=11.26$). Također, gledajući zasebno skupine ispitanika prema stupnju obrazovanja i njihovoj prosječnoj dobi, može se reći da se radi o približno izjednačenim skupinama. Redom za plesače i kontrolnu skupinu ispitanika sa završenom srednjom stručnom spremom, višom stručnom spremom i visokom stručnom spremom prosječna dob i odgovarajuća standardna devijacija iznose: $M_p=29.50$ ($SD_p=9.47$), $M_k=30.50$

($SD_k=9.88$); $M_p=28.5$ ($SD_p=6.36$), $M_k=29$ ($SD_k=0.00$); $M_p=48.50$ ($SD_p=3.54$), $M_k=49.00$ ($SD_k=7.07$).

Očekivano, u uzorku plesača ima više onih koji su rođeni izvan Hrvatske, nego u kontrolnoj skupini. Dok je u skupini plesača njih 66.7% rođeno u Hrvatskoj, a 33.3% izvan nje, u kontrolnoj skupini je taj omjer nešto drugačiji – 80% rođenih u Hrvatskoj i 20% izvan Hrvatske, međutim možemo reći da su i prema ovoj karakteristici skupine ispitanika donekle usporedive.

Testiranje normalnosti distribucija

Kako bismo provjerili opravdanost planiranog korištenja parametrijskih statističkih postupaka na podacima dobivenim u ovom istraživanju, na cjelokupnom uzorku ($n=82$) proveden je test normaliteta distribucija rezultata, odnosno Kolmogorov-Smirnovljev test. Ovim testom provjereno je odstupanje distribucija rezultata cjelokupnog uzorka od normalne distribucije na šest skala *HEXACO* upitnika, dvije skale Ljestvice pozitivnog i negativnog perfekcionizma, te na upitniku Sklonosti doživljavanja *flowa*. Rezultati ukazuju na to da distribucije rezultata na svim navedenim skalama ne odstupaju značajno od normalne. Nadalje, analiza indikatora asimetričnosti (engl. *skewness*) i spljoštenosti (engl. *kurtosis*) na ukupnom uzorku također pokazuje kako su odstupanja od normalne distribucije vrlo mala, odnosno da su sve vrijednosti manje od 1. Iz navedenog možemo zaključiti kako je opravdano korištenje parametrijskih statističkih postupaka u daljnjoj obradi.

Razlike u osobinama ličnosti, izraženosti pozitivnog i negativnog perfekcionizma i doživljavanju flowa između plesača baleta i kontrolne skupine

S ciljem odgovaranja na prvi istraživački problem i provjere postavljene hipoteze, izračunati su prosječni rezultati i standardne devijacije rezultata ispitanika na šest dimenzija *HEXACO-60* upitnika, te je provedeno šest *t*-testova za nezavisne uzorke kako bismo provjerili razlike za svaku osobinu ličnosti između plesača i kontrolne skupine (Tablica 2). Iz tablice su vidljive statistički značajne razlike (uz razinu rizika od 5%) između plesača baleta i kontrolne skupine na dimenzijama ličnosti ekstraverzija i savjesnost, pri čemu su plesači introvertiraniji i savjesniji. Prva postavljena hipoteza nije potvrđena, jer nije pronađena razlika između plesača i kontrolne skupine na dimenziji emocionalnosti, dok je razlika na dimenzijama ekstraverzije i savjesnosti

potvrđena i to u očekivanom smjeru. Također, nema značajne razlike u osobinama ličnosti poštenje-poniznost, ugodnost i otvorenost ka iskustvu. Za utvrđivanje veličine razlika korišten je Cohenov d indeks, također vidljiv u *Tablici 2*, koji sugerira srednju veličinu učinka (Cohen, 1992). Ovaj podatak nam govori da je prosječni rezultat kontrolne skupine na ekstraverziji za oko $1/2$ standardne devijacije viši od prosječnog rezultata plesača, te da je na dimenziji savjesnosti prosječni rezultat plesača za također za oko $1/2$ standardne devijacije veći od prosječnog rezultata kontrolne skupine. Možemo primijetiti da se Cohenov d na dimenzijama poštenje-poniznost, emocionalnost i otvorenost ka iskustvu kreće u rasponu malih do srednjih veličina učinka, iako se t -testovi nisu pokazali značajnima.

U svrhu testiranja druge hipoteze i odgovaranja na drugi istraživački problem, provedena su dva t -testa za nezavisne uzorke kako bi se testirala razlika između plesača baleta i kontrolne skupine u izraženosti pozitivnog i negativnog perfekcionizma. Rezultati se nalaze u *Tablici 2*, a iz njih može se zaključiti da ni druga hipoteza nije potvrđena. Plesači imaju izraženiji negativni perfekcionizam od kontrolne skupine, ali se ove dvije skupine ne razlikuju u izraženosti pozitivnog perfekcionizma. Cohenov d indeks ukazuje da je veličina razlike među skupinama na skali negativnog perfekcionizma velika te iznosi oko $2/3$ standardne devijacije, dok je u slučaju pozitivnog perfekcionizma ova veličina mala i iznosi oko $1/3$ standardne devijacije (Cohen, 1992). Također, ako se u obzir uzme teoretski raspon rezultata na ovoj skali od 20 do 100, može se primijetiti da na pozitivnom perfekcionizmu obje grupe postižu rezultate nešto više od teorijske srednje vrijednosti skale, ali i da su za obje grupe ispitanika aritmetičke sredine na skali negativnog perfekcionizma ispod te vrijednosti.

Treći problem i njemu pripadajuća hipoteza testirana je na isti način kao i prve dvije, ali je u ovom slučaju korišten samo jedan t -test za nezavisne uzorke kako bi provjerili razliku u doživljavanju *flowa* između dvije skupine ispitanika – plesača i kontrolne skupine. Iz *Tablice 2* možemo vidjeti da t -test nije statistički značajan i da je nul-hipoteza potvrđena, odnosno da ne postoji razlika u doživljavanju *flowa* između plesača i kontrolne skupine. Iako se pokazalo da t -test nije statistički značajan izračunali smo i Cohenov d koji ukazuje na to da je riječ o učinku čija je vrijednost između male i srednje veličine (Cohen, 1992).

Tablica 2
Prikaz aritmetičkih sredina i standardnih devijacija na dimenzijama upitnika ličnosti, perfekcionizma i doživljavanja *flowa*, vrijednosti i značajnosti t-testa, te veličina učinka za kontrolnu skupinu ($n = 40$) i plesače ($n = 42$)

	M_K	SD_K	M_P	SD_P	t	p	d
Poštenje-poniznost	3.63	0.57	3.86	0.55	-1.87	.07	-0.41
Emocionalnost	3.30	0.50	3.46	0.61	-1.31	.19	-0.29
Ekstraverzija	3.54	0.50	3.28	0.66	2.04	.05	0.44
Ugodnost	3.13	0.47	3.18	0.52	-0.49	.63	0.10
Savjesnost	3.45	0.63	3.76	0.56	-2.39	.02	-0.52
Otvorenost ka iskustvu	3.50	0.63	3.72	0.54	-1.71	.09	-0.38
Pozitivni perfekcionizam	69.63	10.36	72.79	9.98	-1.41	.16	-0.31
Negativni perfekcionizam	48.55	12.3	57.91	12.57	-3.40	.001	-0.75
<i>Flow</i>	3.72	0.47	3.93	0.63	-1.67	.10	-0.38

Legenda: n – broj sudionika u pojedinoj skupini; M_K - aritmetička sredina kontrolnog uzorka; SD_K - standardna devijacija kontrolnog uzorka; M_P - aritmetička sredina uzorka plesača; SD_P - standardna devijacija uzorka plesača; t - rezultat t- testa; p - razina statističke značajnosti rezultata t-testa; d - Cohenov d indeks.

Dodatno je proveden i niz t -testova za nezavisne uzorke kako bi se provjerile razlike između plesača i kontrolne skupine na svim facetama *HEXACO* upitnika. Tablica s rezultatima prikazana je u *Prilogu A*. U ovom slučaju je zbog većeg broja testiranja uzeta razina rizika od 1% te može se vidjeti da, uz ovu razinu značajnosti postoje statistički značajne razlike na facetama: iskrenost, organiziranost i kreativnost, pri čemu plesači imaju više rezultate na svim navedenim facetama, odnosno iskreniji su, organiziraniji i kreativniji od kontrolne skupine. Na navedenim facetama su i koeficijenti Cohenovog d na razini srednje veličine učinka (0.57 - 0.66).

Interkorelacije osobina ličnosti, perfekcionizma i flowa

Provedeno je i testiranje interkorelacija svih šest osobina ličnosti, pozitivnog i negativnog perfekcionizma, te doživljavanja *flowa*, odvojeno na skupini plesača baleta i na kontrolnoj skupini (vidi *Tablica 3*). S obzirom na skroman broj sudionika, i stoga smanjenu statističku snagu, koeficijenti korelacije će uz statističku značajnost biti interpretirani i iz perspektive veličine učinka vodeći se Cohenovim (1992) smjernicama o maloj ($r = .10$), srednjoj ($r = .30$) i velikoj ($r = .50$) veličini učinka. Pregledom značajnih korelacija može se primijetiti da je u oba uzorka *flow* u srednjoj do visokoj pozitivnoj korelaciji s dimenzijama ličnosti ekstraverzija ($r_p = .32$, $r_k = .37$) i savjesnost ($r_p = .43$, $r_k = .47$), te s pozitivnim perfekcionizmom ($r_p = .50$, $r_k = .46$).

Korelacije pozitivnog perfekcionizma i osobina ličnosti se razlikuju kod plesača i kontrolne skupine. Kod oba uzorka postoji visoka korelacija pozitivnog perfekcionizma i savjesnosti ($r_p = .53$, $r_k = .51$), ali je samo kod plesača značajna i povezanost s ekstraverzijom ($r_p = .32$; $r_k = .15$).

Negativni perfekcionizam je u oba uzorka negativno povezan s ekstraverzijom ($r_p = -.43$, $r_k = -.47$), međutim, u kontrolnoj skupini postoji srednja pozitivna korelacija negativnog perfekcionizma i emocionalnosti ($r_k = .45$), a u skupini plesača je negativni perfekcionizam negativno povezan s dimenzijom poštenje-poniznost ($r_p = -.35$).

U *Tablici 3*. može se vidjeti da su kod plesača pozitivni i negativni perfekcionizam u pozitivnoj korelaciji ($r = .35$) što ukazuje na to da će oni plesači koji imaju izraženi pozitivni perfekcionizam imati izraženiji i negativni perfekcionizam, i obrnuto. Sličan rezultat dobiven je i u istraživanju Egan (2005) u kojem je korelacija pozitivnog i negativnog perfekcionizma bila značajna u uzorku sportaša, ali ne i u kontrolnoj skupini. Ovakav rezultat ukazuje na to da ove skale pozitivnog i negativnog perfekcionizma dijele određeni dio zajedničke varijance, te da kod plesača koji su skloni perfekcionizmu možemo u većoj mjeri očekivati više rezultate na obje skale, premda i na kontrolnom uzorku postoji statistički neznačajna, ali mala do umjerena korelacija ($r_k = .27$).

Babarović i Šverko (2013) navode kako na hrvatskom uzorku šest dimenzija ličnosti HEXACO upitnika uglavnom nije međusobno povezano, a najveće korelacije su iznosile oko .20, te su se odnosile na povezanosti između dimenzija poštenje-poniznost i ugodnost, poštenje-poniznost i otvorenost ka iskustvu, te ugodnost i emocionalnost. U

našem istraživanju interkorelacije između dimenzija ličnosti za kontrolnu skupinu se donekle poklapaju s prethodno navedenim rezultatima na hrvatskoj populaciji, uglavnom se radi o neznačajnim korelacijama, osim značajne negativne korelacije između emocionalnosti i ekstraverzije ($r_k = -.39$). Na uzorku plesača interkorelacije su nešto drugačije, većina ih nije statistički značajna, a značajnima su se pokazale korelacije između dimenzija poštenje-poniznost i emocionalnost ($r_p = -.49$), te poštenje-poniznost i otvorenost ka iskustvu ($r_p = .37$).

Tablica 3
Koeficijenti korelacija između korištenih varijabli za plesače ($n = 42$) prikazani iznad dijagonale
i za kontrolnu skupinu ($n = 40$) prikazani ispod dijagonale

Skala	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
1. Poštenje-poniznosti	-	-.49**	.13	.17	-.16	.37*	-.21	-.35*	.12
2. Emocionalnost	.26	-	-.07	-.06	-.16	-.01	.23	.23	-.01
3. Ekstraverzija	-.18	-.39*	-	-.02	.10	.12	.32*	-.40**	.37*
4. Ugodnost	-.06	-.06	.11	-	-.15	-.02	-.15	-.11	-.12
5. Savjesnost	.20	-.16	.27	-.13	-	.17	.53**	.28	.43**
6. Otvorenost ka iskustvu	.24	-.14	-.07	.18	.27	-	.26	.13	.24
7. Pozitivni perfekcionizam	.11	-.06	.15	-.26	.51**	.23	-	.35**	.50**
8. Negativni perfekcionizam	-.003	.45**	-.66**	-.06	-.06	.06	.27	-	.07
9. Flow	.06	.05	.32*	-.14	.47**	-.06	.46**	-.11	-

Legenda: * $p < .05$; ** $p < .01$.

RASPRAVA

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati neke psihološke karakteristike profesionalnih plesača baleta u Hrvatskoj, pa je između ostalog i provjerena razlika između plesača i kontrolne skupine u osobinama ličnosti HEXACO modela. Sukladno nalazima dosadašnjih istraživanja, postavljena je hipoteza da će postojati statistički značajna

razlika u osobinama emocionalnost, ekstraverzija i savjesnost, u smjeru veće izraženosti emocionalnosti i savjesnosti kod plesača, te više ekstravertiranosti kontrolne skupine u odnosu na plesače. Ove osobine ličnosti se smatraju pogodnima za svijet baleta zbog snažnog naglaska na individualnost tijekom nastupa i treninga, fokusiranost na postizanje što bolje izvedbe, te izrazitu ekspresiju emocija koja je povezana s glazbom i koreografijom tijekom izvedbe (Hamilton i sur., 1989). Nalazima ovog istraživanja hipoteza nije potvrđena, tj. rezultati ukazuju na očekivane razlike i smjer razlika u ekstraverziji i savjesnosti, ali ne i u emocionalnosti.

Prema Clabaugh i Morling (2004) plesači baleta pokazali su veću potrebu za strukturom od modernih plesača i neplesača. Analizom razlika u facetama u našem istraživanju se pokazalo da upravo na facetama organiziranost i perfekcionizam plesači imaju značajno više rezultate nego kontrolna skupina. Ova potreba za strukturom, odnosno organiziranost i perfekcionizam, mogu imati pozadinu u okolini u kojoj mlade balerine i baletani vježbaju i uče. Svakodnevne vježbe (engl. *class*) vrlo su strukturirane i uvijek slijede isti uzorak prema kojem se izvode, koraci u baletu su jasno definirani i potrebno ih je izvoditi s iznimnom preciznošću, a upravo niz pravila prema kojima se koraci izvode olakšava plesačima pamćenje složenih kombinacija koraka i koreografija. Nadalje, kako bi usavršili korake do savršenstva potrebna je ustrajnost i stalno ponavljanje istih koraka. Savjesnost u sklopu HEXACO modela se definirana kao marljivost, organiziranost i temeljitost, a upravo se ove osobine cijene i potiču kod pojedinaca u baletu.

Prema Allen, Greenlees i Jones (2013), koji su napravili pregled istraživanja osobina ličnosti u sportu, sportaši konzistentno pokazuju više razine ekstraverzije nego nesportaši, ali isto je tako ova osobina izraženija kod sportaša koji sudjeluju u timskim sportovima. Iako se baletni kolektiv može okarakterizirati kao tim, pogotovo ansambl, jer u koreografijama plesači moraju stalno biti usklađeni, balet je ipak generalno individualna aktivnost. Zbog velike konkurencije, plesači baleta usmjereni su prema sebi, orijentirani su na usavršavanje vlastite tehnike i nastoje se istaknuti kao pojedinci kako bi napredovali u baletnoj hijerarhiji. U ovom istraživanju potvrđena je hipoteza da će plesači baleta biti introvertiraniji od ispitanika kontrolne skupine, što je u skladu i s nalazima Bakkerovog (1988) istraživanja na plesačima, ali i s istraživanjem Marchant-Haycox i Wilson (1992) na glumcima, glazbenicima i plesačima. Iako nisu pronađene

statistički značajne razlike između plesača i kontrolne skupine na razini faceta ekstraverzije, u *Prilogu A* navedeni su rezultati Cohenovog d , te možemo primijetiti da na facetama druželjubivost, socijalno samopoštovanje i socijalna odvažnost ispitanici kontrolne skupine ostvaruju više rezultate, pri čemu je riječ o učinku čija je vrijednost između male i srednje veličine i iznosi oko $1/3$ standardne devijacije (Cohen, 1992). Kao što je već navedeno, među plesačima je naglašena međusobna konkurencija i kompetitivnost, što bi moglo objasniti nižu razinu druželjubivosti u odnosu na kontrolnu skupinu. Pickard (2012) u svom kvalitativnom istraživanju navodi kako je atmosfera za vrijeme baletnog *classa* takva da učenici rijetko postavljaju pitanja, i sami učenici navode kako su naučeni da budu submisivni, a Clabaugh i Morling (2004) su u svom istraživanju ustanovili negativnu povezanost između samopoštovanja i sklonosti baletu (u odnosu na druge vrste plesova), što bi se moglo povezati s nižom socijalnom odvažnosti i socijalnim samopoštovanjem na našem uzorku plesača baleta u odnosu na kontrolnu skupinu.

Pretpostavka da će plesači biti emocionalniji od kontrolne skupine temelji se na tome da se od balerina i baletana traži izrazita emocionalna ekspresivnost u svrhu prenošenja emocija na publiku i prepričavanja priče, ali i na dosadašnjim istraživanjima koja ukazuju na to da su plesači manje emocionalno stabilni, odnosno više na neuroticizmu, od neplesača i drugih umjetnika - glazbenika i glumaca (Bakker, 1989; Marchant-Haycox i Wilson, 1992). Ova hipoteza nije potvrđena, između plesača i neplesača nije utvrđena statistički značajna razlika u emocionalnosti. Unatoč tome, izračunat je Cohenov d koji sugerira da se radi o maloj veličini razlike između aritmetičkih sredina ova dva uzorka (Cohen, 1992). Razlog zbog kojeg nije dobivena statistički značajna razlika u ovoj osobini ličnosti možda možemo pronaći u tome što su u prethodnim istraživanjima korištene drugačije mjere emocionalnosti, odnosno neuroticizma (npr. *Adolescent Temperament List*, ATL; Feij i Kuiper, 1984, prema Bakker 1988; *Eysenck Personality Profiler*, EPP; Eysenck i Wilson, 1991; prema Marchant-Haycox i Wilson, 1992), pa možemo reći da rezultati nisu u potpunosti usporedivi jer se zapravo ne radi o istim operacionalizacijama konstrukta. U sklopu HEXACO modela emocionalnost se odnosi na ranjivost, osjetljivost, tjeskobu i sentimentalnost, nasuprot neustrašivosti, otpornosti, neovisnosti i neemotivnosti. Ovaj faktor dijeli dio sadržaja s neuroticizmom, ali mu nedostaje aspekt neuroticizma povezan

s ljutnjom i hostilnosti, te umjesto toga sadržava sentimentalnost koja je povezana s ugodnosti (Lee, Ashton i de Vries, 2014). Također, moguće je da je i dob ispitanika utjecala na različite rezultate istraživanja. Naime, prethodna istraživanja provedena su na populaciji adolescenata, a u ovom istraživanju radi se o populaciji plesača čija je prosječna dob 36 godina. Ovaj prosjek godina govori o tome da se radi o skupini plesača koja je, u prosjeku, već doživjela vrhunac svoje karijere ako znamo da neki plesači već oko 40-te godine prestaju aktivno plesati. Ovakve rezultate možemo dijelom pripisati činjenici da je kompetitivnost među plesačima manja što su plesači stariji jer su svoj vrhunac u karijeri već doživjeli, imaju više iskustva, njihove se uloge mijenjaju i postaju manje zahtjevne, pa je moguće da su i manje opterećeni i anksiozni. Zbog smanjenih zahtijeva posla, koji inače zahtijeva izrazitu ekspresiju emocija, njihova emocionalnost s godinama opada, a i trend razvojnih normativnih promjena u osobinama ličnosti ukazuje na postupno smanjenje na dimenziji neuroticizma (Roberts, Walton i Vichtbauer, 2006). Što su osobe starije i što se duže bave profesionalnim baletom imaju veće samopoštovanje i doživljavaju manje negativnih iskustava, što također može utjecati na izraženost emocionalnosti (Đogaš, 2017). Unatoč tome što razlika u emocionalnosti između plesača i kontrolne skupine nije statistički značajna, u *Prilogu A* vidimo da Cohenov d indeks ukazuje da je veličina razlike među skupinama na faceti plašljivosti srednja te iznosi oko 1/2 standarde devijacije u smjeru viših rezultata za plesače. Kod plesača je izražena svijest o vlastitom tijelu, kako njegovom izgledu, tako i kao objektu preko kojeg se izražavaju. Pažljiva izgradnja mišića, razvijanje tehnike i ekspresije ključne su za razvoja plesača i njegove karijere (Pickard, 2012). Osobe koje postižu više rezultate na faceti plašljivosti sklone su izbjegavanju fizičkih ozljeda, što bi moglo vrijediti za plesačice i plesače u smislu izbjegavanja ozljeda koje bi utjecale na kvalitetu njihove izvedbe, ali i na razvoj daljnje karijere, zbog čega je strah od ozljeda kod ove populacije opravdan.

Na ostalim osobinama ličnosti – poštenje-poniznost, ugodnost i otvorenost ka iskustvu, kao što je i očekivano, nisu pronađene statistički značajne razlike između plesača i kontrolne skupine. Na razini faceta pronađena je samo značajna razlika između plesača i neplesača u kreativnosti koja je dio dimenzije otvorenost ka iskustvu, te pripadajuća veličina učinka od 2/3 standaradne devijacije. Plesači su kreativniji, što je i očekivano jer je balet oblik umjetnosti, te priroda posla od plesača zahtijeva kreativno

izražavanje kroz pokret. Na ostalim facetama otvorenosti ka iskustvu nisu pronađene statistički značajne razlike između plesača i kontrolne skupine, ali je izračunat Cohenov d indeks koji ukazuje da se na faceti estetski doživljaj radi o veličini učinka reda veličine 2/5 standardne devijacije u korist plesača, dok je na facetama radoznalost i nekonvencionalnost riječ o maloj veličini učinka (1/5 SD). Na facetama iskrenost i poštenje dimenzije poštenje-poniznost Cohenov d indeks ukazuje na to da se radi o razlici veličine učinka reda veličine oko 1/2 standardne devijacije u korist plesača, dok je na ostalim facetama ove dimenzije (izbjegavanje pohlepe i skromnost) veličina učinka mala (oko 1/10 SD). Na facetama dimenzije ugodnost (strpljivost, blagost, opraštanje i fleksibilnost) radi se o razlikama male veličine učinka (1/10 - 1/4 SD).

U baletu se često ističe kako je potpuna posvećenost i težnja za savršenstvom osobina koja je nužna i poželjna kako bi se postigli vrhunski rezultati. U obrazovanju mladih balerina i baletana osim samih koraka i tehnike prenose se temeljne vrijednosti i kultura baleta o estetici pokreta i savršenstvu koje se prezentira publici. Pickard (2012) u svom kvalitativnom istraživanju o obrazovanju plesača baleta navodi citat petnaestogodišnjaka: „*Moraš biti vrlo discipliniran. Uvijek se trudim biti bolji, forsiram svoje tijelo kako bih iz njega izvukao što više, a ponekad se čini da ništa nije dovoljno dobro, ali ljudi neće platiti kartu da vide nešto što je samo dovoljno dobro. Mora biti savršeno.*“ Ovaj citat dobro oslikava ciljeve kojima mladi plesači teže, te njihovu sliku o sebi i baletu općenito.

Kod ispitivanja perfekcionizma potrebno je voditi računa o specifičnom načinu operacionalizacije perfekcionizma koji uvelike određuje smjer i način interpretacije empirijskih nalaza (Greblo, 2012). U ovom istraživanju korištena je *Ljestvica pozitivnog i negativnog perfekcionizma* (Terry-Short i sur., 1995), koja se temelji na razlikovanju pozitivnog i negativnog perfekcionizma, a Slade i Owens (1998) argumentiraju kako se ove dvije forme perfekcionizma mogu promatrati iz biheviorističke perspektive. Pretpostavljaju da postoji povezanost između pozitivnog perfekcionizma i pozitivnog potkrepljenja, te između negativnog perfekcionizma i negativnog potkrepljenja, odnosno, stavljaju fokus na posljedice ponašanja, a ne na samo perfekcionistačko ponašanje. Nadalje, prema prethodno navedenim autorima, pozitivni perfekcionizam odnosi se na mišljenja i ponašanja pojedinca koja su usmjerena prema postizanju visokih ciljeva u svrhu pozitivnih posljedica, pozitivni perfekcionizam proizlazi iz

pozitivnog potkrepljenja i želje za uspjehom. Suprotno, negativni perfekcionizam odnosi se na mišljenja i ponašanja koja su usmjerena prema visokim ciljevima, ali u svrhu izbjegavanja negativne posljedice. Negativni perfekcionizam je zapravo upravlján od strane negativnih potkrepljenja i straha od neuspjeha.

Prema dobivenim rezultatima u ovom istraživanju može se zaključiti da se plesači i neplesači ne razlikuju statistički značajno u pozitivnom perfekcionizmu, već se tek trend razlike može opisati u terminima male veličine učinka u korist plesača, te da obje grupe postižu prosječne rezultate na ovoj skali. U usporedbi s pozitivnim perfekcionizmom, obje skupine ispitanika postižu niže rezultate na skali negativnog perfekcionizma, pa možemo reći da je pozitivni perfekcionizam izraženiji i kod plesača i kod kontrolne skupine. Međutim, plesači postižu značajno više rezultate nego neplesači na skali negativnog perfekcionizma, te se ta razlika može opisati u terminima velike veličine učinka.

Iako se očekivala značajna razlika i na skali pozitivnog perfekcionizma, ovakav rezultat može se usporediti s onim u istraživanju Egan (2005) koja je uspoređivala sportaše i kontrolnu skupinu. U navedenom istraživanju također nije potvrđena hipoteza o postojanju razlike u izraženosti pozitivnog perfekcionizma, ali je razlika između sportaša, kontrolne skupine i kliničke skupine u negativnom perfekcionizmu bila značajna. Sukladno ovim nalazima, Egan (2005) navodi kako bi negativni perfekcionizam mogao biti bolji indikator razlika među grupama ispitanika, jer se pretpostavlja da su negativni psihološki ishodi u većoj mjeri određeni višim rezultatima na negativnom perfekcionizmu, nego niskim rezultatima na pozitivnom perfekcionizmu. Drugim riječima, ukoliko netko ima prosječnu razinu pozitivnog perfekcionizma u kombinaciji s visokom razinom negativnog perfekcionizma, psihološke posljedice su nepovoljnije nego u slučaju kada su razine negativnog perfekcionizma niske. Ono što je razlikovalo sportaše od ostalih grupa je odsutnost negativnih aspekata, odnosno posljedica perfekcionizma (npr. samokritičnost kada ciljevi nisu ostvareni). Odsutnost negativnih faktora, za razliku od prisutnosti pozitivnih faktora, se u ovom slučaju pokazala kao osjetljivija mjera u razlikovanju tipova perfekcionizma. Dodatna potpora ovom argumentu je i razlika između sportaša i kliničke skupine u negativnom perfekcionizmu, ali ne i u pozitivnom. U ovom slučaju, odsutnost negativnih faktora se odnosi na kontrolnu skupinu, dok su kod plesača te negativne posljedice perfekcionizma

ipak prisutne u većoj mjeri. Ono što karakterizira osobe s izraženijim negativnim perfekcionizmom je težnja za izbjegavanjem neuspjeha, nesavršenosti i prosječnosti, a upravo je to prikazano u prethodno navedenom citatu mladog baletana. Iz biheviorističke perspektive, ponašanja negativnih perfekcionista negativno su potkrepljivana kroz eliminaciju neugodnih podražaja, kao što su kritika, izrugivanje, sram, samoprezir. Težnja ka nerealističnim ciljevima koje je nemoguće postići završava neuspjehom i neugodnim osjećajima kao što su anksioznost, osjećaj nedovoljnosti i izbjegavajuća ponašanja (Terry-Short i sur., 1995).

Nordin-Bates i suradnici (2011) navode kako su više razine perfekcionistačkih briga i perfekcionistačkih težnji kod plesača povezane s osjećajem tjeskobe prije nastupa ili predstave, sniženim samopouzdanjem, te zamišljanjem izvedbe u kojoj rade greške i loše izvode korake. Osim navedenog, perfekcionistačke brige su u pozitivnoj korelaciji s nizom fizičkih simptoma (glavobolje, kašalj, upala mišića) i emocionalnih problema (negativni afekt i zabrinutost zbog izgleda) (Cumming i Duda, 2012). U nekim slučajevima uključeni su i ozbiljniji ishodi kao poremećaji hranjenja (Nordin-Bates, Walker i Redding, 2011). U kontekstu motivacije, izražene perfekcionistačke brige kod plesača povezane su s klimom koja je usmjerena prema izvedbi i rezultatu, a perfekcionistačke težnje s klimom u kojoj je naglasak na usmjerenosti prema zadatku i usavršavanju (Nordin-Bates i sur., 2014).

Kod plesača baleta dobivena je značajna umjerena negativna korelacija dobi i pozitivnog perfekcionizma, što ukazuje da s dobi, a samim time i s dužim vremenom bavljenja profesionalnim baletom opada sklonost pozitivnom perfekcionizmu. Dobiveni rezultati možda govore i o manjoj kompeticiji među starijim plesačima. S obzirom da je radni vijek plesača vrlo kratak, njihove uloge u starijoj dobi postaju manje zahtjevne, a plesači više nemaju potrebu postavljati visoke ciljeve jer su svoj vrhunac u karijeri već dosegнули.

S obzirom na mali uzorak ispitanika, te neujednačen broj muških i ženskih ispitanika, nije bilo opravdano provjeravati razlike između baletana i balerina u perfekcionizmu. Prema Nordin-Bates i suradnicima (2011) izraženost perfekcionizma kod plesača ne ovisi o njihovim demografskim karakteristikama – dob, iskustvo, vrsta baletne škole koju su pohađali, država u kojoj su se školovali. Jedina karakteristika po kojoj se plesači razlikuju je spol, s time da muškarci imaju manje izražen

perfekcionizam od žena, što se može objasniti činjenicom da je muškaraca u baletu manje nego žena pa je samim time i konkurencija za upis u škole, dobivanje uloga ili ugovora u kazalištu manja. Ove nalaze bilo bi zanimljivo provjeriti u nekom budućem istraživanju u kojem bi trebalo obuhvatiti veći uzorak plesača.¹

Iako je u dosadašnjim istraživanjima pronađena najjača veza *flowa* s neuroticizmom i savjesnosti (Ullen i sur., 2016), u našem istraživanju *flow* je povezan s ekstraverzijom i savjesnosti. Nije dobivena značajna povezanost s emocionalnošću što se možda može pripisati korištenju različitih modela pri ispitivanju osobina ličnosti. Naime, postoje sadržajne razlike između emocionalnosti HEXACO modela i emocionalne stabilnosti modela Velikih pet, te neuroticizma Pet-faktorskog modela (Lee i Ashton, 2004). Također, u validaciji HEXACO upitnika na hrvatskoj populaciji skala emocionalnosti je, s pripadajućim facetama, pokazala negativne niske do srednje korelacije s emocionalnom stabilnošću modela Velikih pet (Babarović i Šverko, 2013).

Nul-hipoteza koja pretpostavlja nepostojanju razlike između plesača i kontrolne skupine u doživljavanju *flowa* je potvrđena. Ako primijetimo da je *flow* u pozitivnoj korelaciji sa savjesnosti i ekstraverzijom i da se plesači i neplesači razlikuju upravo u ovim osobinama, pri čemu su plesači savjesniji, ali neplesači ekstravertiraniji, može se pretpostaviti da su ove osobine ličnosti u određenoj mjeri doprinijele doživljaju *flowa* kod obje skupine ispitanika, a samim time i tome da se rezultati na mjeri *flowa* između ovih skupine ne razlikuju. U terminima Cohenovog *d* u našem istraživanju možemo samo govoriti o trendu više izraženog *flowa* kod plesača, ali uz malu veličinu učinka.

Prema Jackson, Kimiecik, Ford i Marsh (1998) percipirana sposobnost je jedan od najvažnijih faktora povezanih s doživljavanjem *flowa*, a kako bi pojedinac doživio *flow* razina izazova i vještine mora biti razmjerno velika. Ono što je važno naglasiti je da se ovdje govori o percipiranoj sposobnosti, jer u doživljavanju *flowa* nisu ključne sposobnosti koje stvarno imamo, već su sposobnosti za koje mislimo da ih imamo i koje određuju naše osjećaje i doživljavanje situacije. Ako se osvrnemo na prethodno navedene korelate perfekcionizma kod plesača baleta, primjerice sniženo samopouzdanje, anksioznost prije izvedbe i zabrinutost zbog vlastitog izgleda, može se

¹ Na našem uzorku neujednačenom po spolnoj strukturi i skromne statističke snage ($n_M = 8$, $n_Z = 32$) za pozitivni perfekcionizam dobiven je $d = .25$ u smjeru viših rezultata za žene, a za negativni perfekcionizam $d = .31$ u smjeru viših rezultata za muškarce.

pretpostaviti da te osobine ne doprinose visokoj percepciji vlastitih sposobnosti, a time ni doživljavanju *flowa*.

Iako se smatra da je *flow* univerzalno iskustvo kod svih ljudi, ipak postoje individualne varijacije u sklonosti doživljavanja *flowa* (Ullen i sur., 2012). Osim osobina ličnosti, sklonost *flowu* je povezana s nizom pozitivnih ishoda kao što su: samopoštovanje, zadovoljstvo životom, psihološka dobrobit i niže razine anksioznosti (Asakawa, 2010; prema Ullen i sur., 2016). Iz rezultata našeg istraživanja možemo primijetiti povezanost *flowa* s pozitivnim perfekcionizmom, što može ukazivati na povezanost težnje za postignućem i postavljanja visokih ciljeva s pozitivnim ishodima kao što je osjećaj preplavljenosti. S ciljem doživljavanja što više pozitivnih ishoda, pogotovo kod mladih plesača, trebalo bi, uz postavljanje visokih ciljeva koje je ionako prisutno u baletu, pažnju usmjeriti na podizanje samopouzdanja i osjećaja kompetentnosti.

Kritički osvrt na istraživanje i preporuke za buduća istraživanja

Osim fizičkih karakteristika i predispozicija koje su važne u selekciji mladih plesača, a kasnije i u uspješnosti u samoj aktivnosti, postavlja se pitanje postoje li osobine ličnosti koje doprinose tome da netko postane profesionalni plesač ili plesačica baleta. Idealno bi bilo kada bismo imali podatke longitudinalnih istraživanja prema kojima bismo mogli predviđati odabir karijere i uspjeh u istoj, ali istraživanja koja opisuju trenutno stanje izraženosti različitih osobina plesača imaju veliku vrijednost u opisu profila psiholoških karakteristika ove populacije.

Neizostavno je spomenuti ograničenja istraživanja koja zasigurno imaju utjecaj i na same rezultate. Kao prvo, u istraživanju je sudjelovalo svega 82 ispitanika, od čega je 42 plesača baleta, a 40 ispitanika je činilo kontrolnu skupinu, što je unatoč tome što je s aspekta vrlo malene populacije balerina i baletana u Hrvatskoj zadovoljavajuć uzorak, ipak istraživački gledano malen broj ispitanika na temelju kojeg je nemoguće generalizirati i donositi zaključke s velikom sigurnošću. Još jedan nedostatak je i to što većinu uzorka plesača čine žene, njih 34, te samo 8 muškaraca, što dodatno umanjuje mogućnost generalizacije rezultata. Nadalje, nisu svi plesači ispunjavali upitnike u isto vrijeme, neki su to napravili prije samog početka vježbi u kazalištu ili baletnom studiju, a neki su ga ispunjavali u pauzama između vježbi i probi za predstavu, što je zasigurno moglo utjecati na njihovu koncentraciju i motivaciju tijekom ispunjavanja upitnika.

Također, dio ispitanika ispunjavao je anketu na materinjem, hrvatskom jeziku, dok je plesačima iz drugih zemalja bio ponuđen izbor između hrvatskog i engleskog jezika. Unatoč tome što su mogli izabrati upitnik na jeziku koji bolje razumiju, te što vjerojatno vrlo dobro vladaju engleskim jezikom (zbog konstantne izloženosti kolegama različitih nacionalnosti), ne može se sa sigurnošću tvrditi da su sve tvrdnje razumjeli u potpunosti. Iako su detaljno prikazane karakteristike uzorka plesača i kontrolne skupine iz kojih se može zaključiti da se radi o vrlo sličnim uzorcima prema dobi, spolu i stupnju obrazovanja, ipak je riječ o prigodnom kontrolnom uzorku. U kontrolnoj skupini nije obuhvaćen široki spektar različitih zanimanja, tako da se usporedba ne može generalizirati za sva zanimanja jer ne znamo bi li se i kako bi se rezultati mijenjali da su plesači uspoređivani s ispitanicima jednog određenog zanimanja ili s još više različitih skupina zanimanja.

Iako imamo podatke o validaciji HEXACO i PANPS upitnika na hrvatskom uzorku, zbog malog broja ispitanika nije bilo moguće provjeriti faktorsku strukturu ovih upitnika na specifičnom uzorku plesača, pa ne možemo biti sigurni da je ona ista kao i u općoj populaciji.

Usprkos navedenim ograničenjima provedeno istraživanje dalo je važan doprinos u dosad rijetko istraživanom području. Osim što se ovim istraživanjem fokus dosadašnjih istraživanja s poremećaja prehrane, fizičkog izgleda i ozljeda balerina i baletana premjestio u smjeru nekih drugih karakteristika plesača, spoznaje mogu imati praktičnu primjenu u radu baletnih pedagoga i koreografa s balerinama i baletanima.

U budućim istraživanjima bi bilo dobro obuhvatiti što veći broj plesača baleta u Hrvatskoj, ali i izvan nje, kako bismo imali ujednačeniji uzorak prema spolu, ali i prema statusu u ansamblu. Veći uzorak omogućio bi provjeru razlika u psihološkim karakteristikama između muškaraca i žena, te između plesača ansambla, solista i prvaka baleta. Bilo bi zanimljivo i usporediti plesače različitih vrsta plesova, primjerice modernog plesa, jazz, dvoranskih plesova, latinoameričkih plesova, hip-hopa, folklora itd. S obzirom na to da je Bakker (1991) u svom longitudinalnom istraživanju ukazao na to da se plesači koji su nastavili pohađati baletnu školu i oni koji su od nje odustali ne razlikuju u nekim osobinama ličnosti, te da se bivši učenici baletne škole u slobodno vrijeme i dalje bave baletom ili nekim drugim oblikom plesa, u budućim istraživanjima trebalo bi provjeriti ove nalaze u nekom dužem vremenskom periodu, te ispitati koje su

to osobine utjecale na odluku o profesionalnom bavljenju baletom ili odustajanjem od školovanja, ali i utjecaj različitih psiholoških karakteristika na uspjeh u baletnoj karijeri. S obzirom na sve popularniji “*balet za odrasle*” – satove baleta koji se organiziraju za odrasle ljude koji su potpuni početnici u ovoj aktivnosti, moglo bi se provjeriti koliko se oni koji se u kasnijem razdoblju života odluče posvetiti učenju baleta razlikuju prema nekim psihološkim karakteristikama od profesionalnih plesača koji se time bave od djetinjstva. Đogaš (2017) je u svom diplomskom radu navela neke stereotipe kojima su plesači baleta izloženi, te ukazala na neznanje javnosti o životu baletana i balerina, pa bi se ovo istraživanje moglo proširiti i ispitati koliko se stereotipni profil ličnosti plesača poklapa sa stvarnim profilom ličnosti. Nadalje, s obzirom da se zna da okolina može utjecati na razvoj perfekcionizma, trebalo bi provjeriti stvarni utjecaj ponašanja baletnih pedagoga na izraženost pozitivnog i negativnog perfekcionizma, te doživljavanje *flowa*, ali i na samu motivacijsku klimu u baletnim školama i kazalištima. Također, postoji razlika u uputi za plesače i kontrolnu skupinu za upitnik koji mjeri sklonost *flowu* - od plesača se tražilo da procijene koliko često se za vrijeme vježbanja ili izvođenja predstave osjećaju na određeni način, a ispitanici kontrolne skupine su procjenjivali koliko se često osjećaju na određeni način dok su na svom radnom mjestu. U nekom od budućih istraživanja *flowa* kod plesača bilo bi dobro odvojeno ispitati doživljaj *flowa* za vrijeme probi i za vrijeme predstave, zbog toga što se zapravo radi o različitim situacijama, atmosferi i zahtjevima koji su postavljeni plesačima.

Pickard (2012) navodi kontradiktorna ponašanja baletnih pedagoga za vrijeme *classa* koji podsjećaju učenike da paze na svoje tijelo i da se čuvaju od ozljeda, dok s druge strane često govore učenicima da moraju prelaziti vlastite granice, uvijek dati još više od sebe i preći preko boli. Ovakve su poruke zbunjujuće za plesače kojima je vrlo važno zadovoljiti učitelje i pred njima se predstaviti u najboljem svjetlu. Baletnim pedagogima bi trebalo ukazati na negativne posljedice koje mladi plesači mogu imati zbog pretjeranog kritiziranja i postavljanja nerealnih ciljeva. Perfekcionizam i postavljanje visokih ciljeva ne moraju imati negativne posljedice, ali je važno da plesači postavljaju visoke standarde zbog sebe, a ne kako bi izbjegli kritiku i sram i kako bi zadovoljili druge.

ZAKLJUČAK

Rezultati istraživanja djelomično su potvrdili postavljene hipoteze o razlikama u psihološkim karakteristikama između plesača baleta i kontrolne skupine.

Plesači baleta i kontrolna skupina razlikuju se u osobinama ličnosti ekstraverzija i savjesnost, te negativnom perfekcionizmu. Plesači su introvertiraniji, savjesniji i imaju izraženiji negativni perfekcionizam od neplesača.

Nije pronađena statistički značajna razlika između ove dvije skupine u osobinama ličnosti poštenje-poniznost, emocionalnost, ugodnost i otvorenost ka iskustvu, te u pozitivnom perfekcionizmu i doživljavanju *flowa*.

LITERATURA

- Allen, M.S., Greenlees, I. i Jones, M. (2013) Personality in sport: a comprehensive review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 184-208.
- Ashton, M.C. i Lee, K. (2009). The HEXACO–60: A Short Measure of the Major Dimensions of Personality. *Journal of Personality Assessment*, 91(4), 340–345.
- Babarović, T. i Šverko, I. (2013). The HEXACO Personality Domains in the Croatian Sample. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 22(3), 397-411.
- Bakker, F. C. (1988). Personality differences between young dancers and non-dancers. *Personality and Individual Differences*, 9, 121-131.
- Bakker, F. C. (1991). Development of personality in dancers: a longitudinal study. *Personality and Individual Differences*, 12(7), 671-681.
- Clabaugh, A. i Morling, B. (2004). Stereotype accuracy of ballet and modern dancers. *The Journal of Social Psychology*, 144(1), 31-48.
- Cohen, J. (1992). A Power Primer. *Psychological Bulletin*, 112(1), 155-159.
- Cumming, J. i Duda, J. L. (2012). Profiles of perfectionism, body-related concerns, and indicators of psychological health in vocational dance students: An investigation of the 2 x 2 model of perfectionism. *Psychology of Sport and Exercise*, 13, 729-738.
- Đogaš, V. V. (2017). *Uloga perfekcionizma i izloženosti stereotipima u objašnjenju samopoštovanja i subjektivne dobrobiti baletnih plesača i plesačica*. Neobjavljeni diplomski rad. Zadar: Odjel za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zadru.
- Egan, S. J. (2005). *An Investigation of Positive and Negative Perfectionism*. Doctoral Degree Thesis. Curtin University of Technology, School of Psychology.
- Enns, M. W. i Cox, B. J. (2002). The nature and assesment of perfectionism: A critical analysis. U G.L. Flett i P.L. Hewitt (ur.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (str. 33-62), Washington, DC: American Psychology Association.
- Flett, G. L. i Hewitt, P. L. (2002). Perfectionism and Maladjustment: An Overview of Theoretical, Definitional, and Treatment Issues. U Flett, G.L. i Hewitt, P.L. (ur.), *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment* (str. 5-31), Washington, DC: American Psychology Association.
- Frost, R. O. i DiBartolo, P. M. (2002). Perfectionism, Anxiety, and Obsessive Compulsive Disorder. U Flett, G.L. i Hewitt, P.L. (ur.), *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment* (str. 341-371), Washington, DC: American Psychology Association.

- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I. i Neubauer, A. L. (1993). A Comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 119-126.
- Frost, R.O., Marten, P., Lahart, C. i Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 4, 449-468.
- Garner, D., Olmstead, M. i Polivy, J. (1983). Development and Validation of a Multidimensional Eating Disorder Inventory for Anorexia Nervosa. *International Journal of Eating Disorders*, 2, 15-34.
- Gittens, C. Y. (2012). *A Comparative Study: Perfectionism In Elite Ballet Dancers And Artistic Gymnasts*. Master's Degree Thesis. School Of Education University Of Birmingham.
- Goldberg, L. R. (1990). An Alternative "Description of Personality": The Big-Five Factor Structure. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(6), 1216-1229.
- Goldner, E. M., Cockell S. J., i Srikameswaran, S. (2002). Perfectionism and Eating Disorders. U: Flett, G.L. i Hewitt, P.L. (ur.), *Perfectionism: Theory, Research, and Treatment* (str. 319-340), Washington, DC: American Psychology Association.
- Greblo, Z. (2012). Što se skriva iza pojma "perfekcionizam"? Povijest proučavanja i pregled različitih konceptualizacija perfekcionizma. *Psihologijske teme*, 21(1), 195-212.
- Guidetti, L., Emerenziani, G. P., Gallotta, M. C., Da Silva, S. G. i Baldari, C. (2008). Energy cost and energy sources of a ballet dance exercise in female adolescents with different technical ability. *European Journal of Applied Physiology*, 103(3), 315-321.
- Hall, H. K. i Hill, A. P. (2012). Perfectionism, dysfunctional achievement striving and burnout in aspiring athletes: the motivational implications for performing artists. *Theatre, Dance and Performance Training*, 3(2), 216-228.
- Hamilton, L. H., Hamilton, W. G., Meltzer, J. D., Marshall, P. i Molnar, M. (1989). Personality, stress, and injuries in professional ballet dancers. *The american journal of sports medicine*, 17(2), 263-267.
- Hewitt, P. L. i Flett, G. L. (1991). Dimensions of perfectionism in unipolar depression. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(1), 98-101.
- Jackson, S.A., Kimiecik, J.C., Ford, S.K. i Marsh, H.W. (1998). Psychological Correlates of Flow in Sport. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 20(4), 358-378.
- Katarinčić, I. (2013). Rod u predodžbama: stereotipizacija u klasičnom baletu. *Studia ethnologica Croatica*, 25(1), 283-304.
- Larsen, R. J. i Buss, D. M. (2008). *Psihologija ličnosti: Područja znanja o ljudskoj prirodi*. Jatrebarsko: Naklada Slap.

- Lauri Korajlija, A. (2004). *Povezanost perfekcionizma i atribucijskog stila s depresivnošću i anksioznošću*. Neobjavljeni magistarski rad. Zagreb: Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Zagrebu.
- Lee, K. i Ashton, M. C. (2004). Psychometric properties of the HEXACO Personality Inventory. *Multivariate Behavioral Research*, 39(2), 329–358.
- Lee, K., Ashton, M. C. i deVries, R. E. (2014). The HEXACO Honesty-Humility, Agreeableness, and Emotionality Factors: A Review of Research and Theory. *Personality and Social Psychology Review* 18(2), 139–152.
- Roberts, B. W., Walton, K. E. i Viechtbauer, W. (2006). Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: a meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological bulletin*, 132(1), 1-25.
- Ljubin-Golub, T., Rijavec, M. i Jurčec, L. (2018). Flow in the Academic Domain: The Role of Perfectionism and Engagement. *The Asia-Pacific Education Researcher*, 27(2), 99-107.
- Marchant-Haycox, S. E. i Wilson, G. D. (1992). Personality and stress in performing arts. *Personality and individual differences*, 13(10), 1061-1068.
- Montanari, A. i Zietkiewicz, E. A. (2000). Adolescent South African Ballet dancers. *South African Journal of Psychology*, 30(2), 31-35.
- Nakamura, J. i Csikszentmihalyi, M. (2009). The concept of flow. U: C. R. Snyder i S. J. Lopez (ur.), *Handbook of positive psychology* (str. 89-105). New York: Oxford University Press.
- Nordin-Bates, S.M, Cumming, J., Aways, D. i Sharp, L. (2011). Imagining Yourself Dancing to Perfection? Correlates of Perfectionism Among Ballet and Contemporary Dancers. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 5, 58-76.
- Nordin-Bates, S. M., Hill, A. P., Cumming, J., Aujla, I. J. i Redding, E. (2014). A longitudinal examination of the relationship between perfectionism and motivational climate in dance. *Journal of sport & exercise psychology*, 36(4), 382-91.
- Nordin- Bates, S. M., Walker, I. J. i Redding, E. (2011). Correlates of disordered eating attitudes among male and female young talented dancers: Findings from the UK Centres for Advanced Training. *Eating Disorders*, 19, 1-23.
- Owens, R. G. i Slade, P. (2008). So perfect it's positively harmful? Reflections on the adaptiveness and maladaptiveness of positive and negative perfectionism. *Behavior Modification*, 32(6), 928-937.
- Petz, B. (2005). *Psihologijski rječnik*. Jastrebarsko: Naklada Slap.

- Pickard, A. (2012). Schooling the dancer: the evolution of an identity as a ballet dancer. *Research in Dance Education*, 13(1), 25-46.
- Reeve, J. (2010). *Razumijevanje motivacije i emocija*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Slade, P. D. i Owens, R. G.(1998). A dual process model of perfectionism based on reinforcement theory. *Behavior Modification*, 22(3), 372-391.
- Stoeber, J. i Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: approaches, evidence, challenges. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 295–319.
- Stumpf, H. i Parker, W. D. (2000) A hierarchical structural analysis of perfectionism and its relation to other personality characteristics. *Personality and Individual Differences*, 28, 837-852.
- Terry-Short, L. A., Owens, R. G., Slade, P. D. i Dewey, M. E. (1995). Positive and negative perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 18, 663-668.
- Twitchett, E., Angioi, M., Koutedakis, Y. i Wyon, M. (2010). The demands of a working day among female professional ballet dancers. *Journal of Dance Medicine & Science*, 14(4), 127-132.
- Ullen, F., de Manzano, Ö., Almeida, R., Magnusson, P.K.E., Pedersen, N. L., Nakamura, J. i Csíkszentmihályi, M. (2012). Proneness for psychological flow in everyday life: Associations with personality and intelligence. *Personality and Individual Differences*, 52, 167–172.
- Ullen, F., Harmat, L., Theorell, T. i Madison, G. (2016). Flow and Individual Differences – A Phenotypic Analysis of Data from More than 10,000 Twin Individuals. U: Harmat, L., Anderson F.O., Ullen, F., Wright, J., Sadlo, G. (Ur.), *Flow Experience. Empirical Research and Applications*. Cham: Springer International Publishing.
- Wilson, E. (2016). *Flow and Performance Competency in Modern and Ballet Dancers*. Scripps Senior Theses. http://scholarship.claremont.edu/scripps_theses/725

PRILOZI

Prilog A

Prikaz aritmetičkih sredina i standardnih devijacija na pripadajućim facetama šest dimenzijama HEXACO upitnika ličnosti, vrijednosti i značajnosti *t*-testa, te veličina učinka za kontrolnu skupinu ($n = 40$) ispitanika i plesače ($n = 42$)

		M_K	SD_K	M_P	SD_P	t	p	d
Poštenje- poniznost	Iskrenost	3.74	0.78	4.18	0.76	-2.56	.01	0.57
	Poštenje	3.74	0.92	4.13	0.82	-2.01	.05	0.45
	Izbjegavanje pohlepe	3.28	0.71	3.27	1.03	0.06	.99	0.01
	Skromnost	3.65	0.85	3.57	0.86	0.42	.68	0.09
Emocionalnost	Plašljivost	2.83	0.83	3.22	0.97	-1.99	.05	0.43
	Anksioznost	3.63	0.91	3.57	0.84	0.28	.78	0.07
	Ovisnost o drugima	3.09	0.85	3.21	1.09	-0.58	.56	0.12
	Sentimentalnost	3.70	0.70	3.79	0.74	-0.59	.56	0.13
Ekstraverzija	Socijalno samopoštovanje	3.80	0.72	3.52	0.79	1.66	.10	0.37
	Socijalna odvažnost	3.03	0.74	2.75	0.87	1.56	.12	0.35
	Druželjubivost	3.64	0.76	3.46	0.89	0.95	.35	0.22
	Životnost	3.81	0.70	3.51	0.91	1.66	.10	0.37
Ugodnost	Opraštanje	3.15	0.78	2.98	0.97	0.89	.37	0.19
	Blagost	3.23	0.58	3.30	0.69	-0.48	.63	0.11
	Fleksibilnost	2.80	0.69	2.98	0.63	-1.26	.21	0.27
	Strpljivost	3.44	0.87	3.50	0.92	-0.32	.75	0.07
Savjesnost	Organiziranost	3.29	0.95	3.89	0.87	-3.01	.003	0.66
	Marljivost	3.97	0.78	4.19	0.87	-1.18	.24	0.27
	Perfekcionizam	3.40	0.87	3.83	0.75	-2.33	.02	0.53
	Razboritost	3.26	0.69	3.34	0.76	-0.52	.61	0.11
Otvorenost ka								

iskustvu

Estetski doživljaj	3.78	0.90	4.1	0.75	-1.30	.20	0.39
Radoznalost	3.25	1.03	3.48	0.99	-1.02	.31	0.23
Kreativnost	3.38	1.01	3.95	0.70	-3.01	.004	0.66
Nekonvencionalnost	3.62	0.65	3.47	0.76	0.95	.34	0.21

Legenda: n – broj sudionika u pojedinoj skupini; M_K - aritmetička sredina kontrolnog uzorka; SD_K - standardna devijacija kontrolnog uzorka; M_P - aritmetička sredina uzorka plesača; SD_P - standardna devijacija uzorka plesača; t - rezultat t- testa; p - razina statističke značajnosti rezultata t -testa; d - Cohenov d indeks.